

## Kurze Gesänge des Brunnenhofzendo

---

### Vers der Roben

Weit ist die Robe der Freiheit  
Ein formloses Feld des Wohlwollens  
Ich trage die Tathagata Lehre  
Um mit allen Wesen zu erwachen

---

### Gatha des Bereuens

Alle leidbringenden Taten jemals begangen durch mich seit  
anfangloser Zeit,  
Ausgelöst durch meine Gier, meinen Hass, meine  
Verblendung,  
Geboren durch meinen Körper, meine Rede, meinen Geist,  
Nun bereue und bekenne ich von ganzem Herzen.

---

### Bodhisattvagelübde

Zahllos sind die Wesen,  
Ich gelobe sie zu befreien.  
Unerschöpflich sind die Täuschungen,  
Ich gelobe sie zu beenden.  
Unermesslich ist die Wirklichkeit,  
Ich gelobe sie zu erkennen.  
Unübertrefflich ist der Buddha-Weg,  
Ich gelobe ihn zu verkörpern.

## METTA Chant (3x)

### **AVERO HOMI**

Möge ich frei sein von Feindseligkeit und Gefahr.

### **ABVYA PAJJO HOMI**

Möge ich frei sein von geistigem Leiden.

### **ANIGHO HOMI**

Möge ich frei sein von körperlichem Leiden.

### **SUKHI ATTANAM PARIHARAMI**

Möge ich mich freundlich um mich kümmern.

### **SABBE SATTHA AVERA HONTU**

Mögen alle Wesen frei sein von Feindseligkeit und Gefahr.

### **ABVYA PAJJA HONTU**

Mögen alle Wesen frei sein von geistigem Leiden.

### **ANIGHA HONTU**

Mögen alle Wesen frei sein von körperlichem Leiden.

### **SUKHI ATTANAM PARIHARANTU**

Mögen alle Wesen sich freundlich um sich kümmern.

### **SUKHITA HOTH**

Mögen alle Wesen glücklich sein.

### **DUKKHA MUCCHATHA**

Mögen alle Wesen frei sein von Leiden.

**Nur nach der letzten Wiederholung**

### **SADHU SADHU SADHU**

Möge es so sein.

# Kurze Gesänge des Brunnenhofzendo

---

## **Generelle Anrufung**

Alle Buddhas aller Zeiten und Räume  
Alle Bodhisattva-Mahasattvas  
Maha Prajna Paramita

---

## **Vers der Roben**

Weit ist die Robe der Freiheit  
Ein formloses Feld des Wohlwollens  
Ich trage die Tathagata Lehre  
Um mit allen Wesen zu erwachen

---

## **Gatha das Sutra zu öffnen**

Dem Dharma,  
unbeschreiblich tief und fein,  
begegnet man selten,  
selbst in Millionen Äonen  
Nun sehen wir es, hören es, empfangen und erhalten es.  
Mögen wir und alle Wesen,  
die wahre Bedeutung des Erwachten erfahren.